

BAB 2

Konsep Kesihatan Dalam Perubatan Melayu

2.1 Pengenalan

Konsep kesihatan dan konsep sakit adalah dua konsep yang saling melengkapi kerana perbincangan tentang sihat akan melengkapkan pula pengertian tentang sakit atau uzur. Tetapi untuk memberi satu definisi konsep kesihatan yang boleh diterima umum agak sukar kerana antara satu budaya dengan budaya lain terdapat perspektif yang berbeza.¹ Badan Kesihatan Sedunia atau *World Health Organization* (WHO) memberi definisi kesihatan sebagai kesejahteraan dari segi fizikal, mental serta sosial dan bukan semata-mata kerana ketiadaan penyakit.² Definisi ini masih terlalu umum dan amat ideal sehingga sukar dipadankan dengan idea kesihatan masyarakat tradisional.

¹ Untuk memberikan satu definisi yang baku tentang konsep kesihatan adalah satu perkara sukar dan ini diakui sendiri oleh ahli-ahli sejarah dan falsafah perubatan seperti Temkin, Lihat Temkin, O., Health and Disease, dalam *The Double Face of Janus*, (Baltimore: The John Hopkins University Press, 1977) hal. 419

² Dipetik dari Hashim awang A. R. *Pengantar Antropologi Perubatan*, Hal. 27

Konsep kesihatan dalam mana-mana masyarakat banyak bergantung kepada sejarah dan kebudayaan masyarakat itu sendiri. Ini berkait rapat pula dengan beberapa konsep asas seperti konsep manusia yang difahami oleh masyarakat itu, konsep etika dan juga penilaian estetika. Satu contoh kepelbagaian perspektif kesihatan ialah tentang pemakaian kosmetik dan perhiasan diri. Walaupun ada kosmetik tertentu dilihat oleh masyarakat luar sebagai menyakitkan tetapi kepada anggota sesuatu masyarakat tertentu adalah satu kebanggaan dan mempunyai nilai estetika. Dalam masyarakat China tradisional misalnya amalan mengikat kaki kanak-kanak perempuan dipraktikkan dengan penuh kebanggaan walaupun amalan ini dilihat sebagai menyakitkan dan tidak selesa oleh masyarakat lain.

Konsep sihat kepada masyarakat tradisional³ termasuklah masyarakat Melayu ialah seseorang yang dikatakan sihat mestilah sihat segi fizikal dan juga mental. Mengikut Abdul Halim konsep sihat masyarakat Melayu boleh didefinisikan sebagai, "... a state of physical and mental well-being."⁴ Suatu tingkat yang dinamakan sihat itu akan mempunyai empat kriteria seperti berikut;

1. Sihat tubuh badan dan tidak mengalami keuzuran
2. Sihat itu juga diukur berdasarkan keupayaan individu menjalankan tugas dan menunaikan tanggungjawab sosialnya.
3. Mempunyai kestabilan emosi. Seseorang yang sihat menunjukkan perasaan gembira dan riang.

³ Konsep tradisional yang digunakan dalam kajian ini merujuk masyarakat yang belum diasimilasikan dalam pandangan hidup Barat sebaliknya kekal dengan pandangan hidup mereka sendiri yang asli. Terdapat juga pengertian lain yang lebih ketat seperti yang diberikan oleh Prof. Nasr iaitu sebagai "Divine Principle with all its manifestations and ramification in the human order". Lihat Seyyed Hossein Nasr, "What is Tradition,?" dalam *Knowledge and Sacred*, (New York: 1981)

⁴ Abdul Halim b. Hamid, *Culture and Health Innovation: A Study of Persistence in the Use of 'Bidan Kampung' in Rural Malaysia*, Tesis Ph. D., Cornell University, 1983, hal. 64.

4. Sihat fikiran. Seorang yang sihat sepatutnya tidak menunjukkan sebarang tanda adanya gangguan fikiran. Lazimnya fikiran yang sihat ini dikaitkan dengan sihat dari segi fizikal, memakan makanan yang baik, memakai pakaian yang baik dan mempunyai tempat kediaman yang selesa.⁵

Untuk mengekalkan kesihatan dan memulihkan kesihatan yang hilang pengetahuan perubatan amat diperlukan. Pengetahuan ini dicipta, dihimpun dan digunakan sama ada semasa sihat dan juga sakit. Ilmu perubatan amat dipandang tinggi oleh masyarakat Melayu sama ada sebelum zaman pra Islam ataupun selepas kedatangan Islam. Selepas kedatangan Islam ilmu perubatan tetap menduduki tempat yang istimewa dalam masyarakat Melayu. Kedudukan ilmu perubatan yang tinggi ini ada kaitan dengan kedudukan ilmu perubatan dalam sistem klasifikasi ilmu mengikut Islam. Dalam epistemologi Islam, seperti yang digariskan oleh Imam al-Ghazali, ilmu boleh dibahagikan kepada dua iaitu ilmu fardhu 'ain dan ilmu fardhu kifayah. Ilmu fardhu 'ain merujuk kepada ilmu yang wajib dipelajari oleh seorang muslim seperti ilmu tentang ketuhanan, ilmu tentang apa yang disuruh dan ilmu tentang apa yang ditegah. Ilmu fardhu Kifayah ialah ilmu yang tidak wajib kepada seluruh umat Islam, cukup sekadar terdapat beberapa orang tertentu yang mempelajarinya dalam sesebuah masyarakat. Ilmu fardhu kifayah ini dibahagi kepada dua iaitu ilmu tentang agama dan ilmu bukan agama. Dalam konteks ini ilmu perubatan termasuk dalam ilmu fardhu kifayah yang bersifat ilmu bukan agama tetapi terletak dalam kategori ilmu yang terpuji.⁶ Oleh itu ilmu perubatan adalah ilmu fardhu kifayah iaitu menjadi

⁵ Ibid., hal. 65

⁶ Al-Ghazzali, *Ihya Ulumiddin* Jilid I (terjemahan), (Indonesia: Percetakan Menara Kudus, 1977), hal. 78 -85. Terdapat juga klasifikasi yang lain yang dibuat oleh sarjana-sarjana Islam seperti Ibn. Sina, Al-Farabi dan Ibn Khaldun, Lihat juga Sayyed Hossein Nasr, *Science and Civilization in Islam*, (Shah Alam; Dewan Pustaka Fajar, 1984). Sungguhpun begitu klasifikasi yang dibuat oleh Al-Ghazzali lebih diterima oleh orang Melayu malah kitabnya *Ihya Ulumiddin* telah diterjemahkan ke bahasa Melayu oleh Abdul Samad al-Falembangi dengan tajuk *Sayr al-Salikin* dalam tahun 1873.

tanggungjawab sebahagian umat mempelajarinya dan ini menyebabkan ilmu perubatan menjadi begitu penting dan berkembang.

Tradisi tulisan yang dibawa oleh Islam dan kejayaan Islam menginstitusikan sistem pendidikan khususnya sistem pondok di Alam Melayu menyebabkan ilmu perubatan berkembang. Ulama-ulama menulis kitab-kitab perubatan seperti *kitab Bustan al-salatin*, *Kitab Ṭaiyib al-Iḥsān* ataupun menterjemah dan menyadur kitab-kitab Arab seperti *Tajul Muluk* dan *Mujarabat al-Darbi*. Usaha individu mempelajari sendiri kitab-kitab perubatan ini juga menjadi kebiasaan di pondok-pondok atau pasentren di Alam Melayu sehingga ke hari ini⁷ dan menyebabkan ilmu perubatan tradisional terus berkembang.

Keistimewaan ilmu perubatan ditonjolkan dalam *Kitab Bustān al-Salāṭīn* dengan membawa sebuah hadis yang bermaksud "...yang alim itu dua perkara, pertama ilmu agama, kedua ilmu ṭibb"⁸ Dalam *Kitab Ṭaiyib al- Iḥsān* juga keutamaan ilmu perubatan ditonjolkan. Dalam Kitab ini ilmu dibahagikan kepada dua iaitu ilmu *abdan* (tentang tubuh badan) dan ilmu *adyan*(agama). *Ilmu Abdan* ini boleh dipecahkan pula kepada dua iaitu ilmu feqah dan ilmu dunia, dan termasuk dalam ilmu dunia itu adalah ilmu perubatan.⁹ Keistimewaan ilmu perubatan dikuatkan lagi dengan kepercayaan bahawa semua ilmu, termasuk ilmu perubatan adalah berasal dari nabi-nabi. Nabi Idris adalah nabi yang paling awal sekali mengajarkan ilmu yang diperolehinya dari Allah S.W.T. kepada umat manusia¹⁰. Dengan pengiktirafan yang sedia ada sejak zaman pra Islam

⁷ Dalam kajiannya, Martin Van Bruinessen mendapati pelajar-pelajar pondok yang lebih dewasa akan membaca dan cuba mempraktikkan kitab-kitab perubatan seperti *Kitab Ṭibb an-Nabawi* dan lain-lain kitab Ṭibb. Lihat Bruinessen M. "Kitab Kuning: Books in Arabic Script used in the Pesantren Millieu" dalam *BKI*, 1990, hal. 262

⁸ *Bustān al-Salāṭīn*, Ms. no. 21514, hal. 103

⁹ *Kitab Ṭaiyib al-Iḥsān*, hal. 5

¹⁰ Kenyataan ini banyak disebut oleh ulama-ulama Islam awal seperti Ibn al-Qifti, Lihat, Fazlur Rahman, *Health and Medicine in the Islamic Tradition*, hal.39. *Kitab Tajul Muluk*, sebuah

lagi dan dengan pengaruh-pengaruh hadis-hadis Nabi dari *Tibb al-Nabawi*, ilmu perubatan diangkat kedudukannya pada satu tempat yang paling istimewa dalam epistimologi orang Melayu hingalah kini.

Kepentingan penjagaan kesihatan dalam masyarakat Melayu diikuti oleh kepentingan dan galakan menuntut ilmu perubatan. Ini mendorong langkah-langkah pencegahan, pengawalan pemakanan, penjagaan kebersihan dan mengenal terapeutik yang berkesan. Bab ini seterusnya akan meninjau idea-idea dan konsep sihat (dan juga konsep sakit) dalam doktrin perubatan Melayu seperti yang difahami oleh masyarakat semasa dan juga ditunjukkan dalam manuskrip yang dipilih.

2.2 Keseimbangan Sebagai Asas Kesihatan

Terdapat banyak persamaan dalam asas-asas pemikiran dan falsafah perubatan di kalangan masyarakat tradisional seperti China, India dan juga masyarakat Melayu.¹¹ Asas pemikiran mereka tentang kesihatan ialah keseimbangan unsur-unsur yang saling bertentangan dalam badan dan alam. Perubatan Ayurveda dan juga perubatan tradisional China masih patuh kepada konsep asas ini walaupun dengan variasi tertentu. Masyarakat Melayu tradisional juga tidak terkecuali daripada pandangan bahawa asas keselamatan dan kesejahteraan dalam hidup ialah menjaga keharmonian unsur-unsur yang saling bertentangan dalam alam ini. Keseimbangan

kitab Jawi lama yang popular juga menyebut bahawa Nabi Idris adalah orang yang mula mengembangkan ilmu-ilmu seperti ilmu nujum kepada manusia. Lihat, *Tajul Muluk*, hal. 7.

¹¹ Pandangan kosmologi dan kaitannya dengan kesihatan dari tiga buah tamadun besar telah diterangkan oleh Prof. Nasr. Lihat Seyyed Hossein Nasr, "The Role of Traditional Sciences in Encounter of Religion and Science: An Oriental Perspective" dalam *Journal of Islamic Science*, Vol. 1, Jan. 1985.

tubuh badan dan keseimbangan di luar tubuh badan adalah ciri-ciri kepada keharmonian dalam alam ini. Konsep kesihatan ini selari dengan doktrin humoral dan idea Hippocrates yang banyak mempengaruhi konsep kesihatan Yunani dan Arab-Islam serta daerah-daerah lain yang bertembung dengan dua tamadun besar dunia ini.

Masyarakat Melayu yang banyak di pengaruhi oleh Galenisme Arab dan kebudayaan India, mengkonsepsikan kesihatan sebagai keadaan seimbang yang dicapai oleh tubuh badan, manakala penyakit pula ialah keadaan yang wujud kerana kehilangan keseimbangan terutamanya keseimbangan humor dalam badan. Kesihatan individu adalah unik dan bergantung kepada keseimbangan humor dan temparemen individu itu sendiri yang berbeza daripada individu lain. Kesihatan ini boleh dikawal melalui cara hidup, pemakanan, kelaziman-kelaziman penjagaan kesihatan dan juga melalui terapeutik.

Bila keseimbangan dalam badan hilang disebabkan berlebihan humor darah menyebabkan seseorang itu mudah mendapat sakit seperti pening kepala, sakit mata dan berdarah hidung, tumbuh jerawat pada muka, berdarah gusi dan lain-lain lagi.¹² Dalam kes seperti ini, untuk mengembalikan semula kesihatan langkah yang perlu ialah memulihkan keseimbangan darah dalam tubuh iaitu dengan membuang darah yang berlebihan. Kaedah rawatan yang biasa digunakan ialah dengan berbekam iaitu satu cara membuang darah yang berlebihan daripada badan.¹³

Kesederhanaan dalam semua perkara juga menjadi satu bimbingan yang berkesan menjaga kesihatan. Tidak terlampau ekstrim dalam pengambilan makanan, berlapar dan lain-lain menjadi mekanisma berkesan dalam menjaga keseimbangan

¹² Lihat, *Taiyib al-Ihsân Fi Ṭibb al Insân*, hal. 8

¹³ Ibid., hal. 8

badan dan seterusnya menjaga kesihatan. Ini mewujudkan satu disiplin dalam amalan pemakanan, kelaziman kesihatan dan amalan-amalan pencegahan seperti pantang larang. Contoh pantang larang dalam amalan pemakanan ini ialah seperti melarang orang-orang yang mempunyai temperamen yang sejuk dan mengidap penyakit yang dikategorikan sebagai sejuk daripada memakan makanan yang dikategorikan sebagai sejuk juga seperti sayur-sayuran. Beberapa hadis Nabi Muhammad S.A.W. yang selalu dikutip oleh teks-teks perubatan Melayu menjadi pendorong kuat dalam amalan kesihatan yang baik seperti menjaga kebersihan, berpantang dan bersederhana dalam semua perkerjaan serta prinsip mencegah lebih baik daripada mengubat.

Oleh kerana kesihatan ialah keseimbangan humor maka pengetahuan tentang humor-humor, tabiat humor-humor ini dan bagaimana humor boleh berubah amat perlu diketahui oleh setiap orang yang hendak menjadi tabib. Kepentingan memelihara keseimbangan tubuh badan sebagai asas kesihatan selari dengan pengertian ilmu perubatan yang diberikan oleh *Kitab Ṭaiyib al- Iḥsān* iaitu, "... ilmu perubatan sebagai ilmu yang bertujuan memelihara kesihatan yang ada dan juga bertujuan memulihkan kesihatan yang hilang.¹⁴ Pemeliharaan kesihatan ini mengikut Syeikh Ahmad al-Fatani memerlukan dua jenis pengetahuan iaitu;

(1) Pengetahuan tentang humor dan perkara yang berkaitan dengannya.

(2) Pengetahuan tentang terapi dan farmakopedia.¹⁵

Pengetahuan tentang humor (akhlāt) ini ialah pengetahuan tentang aspek fisiologi seperti humor-humor, tabiat humor-humor ini, tabiat organ-organ utama dan lain-lain.

¹⁴ IKitab Ṭaiyib al-Iḥsān, hal. 5

¹⁵ Ibid.

Pengetahuan yang kedua ialah pengetahuan tentang kaedah terapi dan ubat-ubatan yang sesuai dengan penyakit dan tabiat orang yang sakit.¹⁶ Pengetahuan tentang terapi dan farmakopedia ini membolehkan seorang tabib menolong badan pesakitnya kembali kepada keadaan asal kerana badan mempunyai kebolehan semula jadi (*vic medicatrix naturae*) iaitu keupayaan kembali kepada keadaan asal iaitu keadaan yang seimbang.

Definisi ilmu perubatan dalam *Bustān al-Salāṭīn* juga menunjukkan bahawa tugas dan tanggungjawab tabib antaranya ialah mengetahui dengan baik fisiologi seperti humor dan lain-lain untuk membolehkan ketidakseimbangan badan dipulihkan. Dalam *Bustān al-salāṭīn* pengarangnya mendefinisikan ilmu Tibb sebagai "...pengetahuan tentang ehwal badan insan dan bertujuan memelihara kesihatan dan menyembuhkan segala penyakit"¹⁷ Definisi yang diberikan oleh kedua-dua buah manuskrip ini sama dengan konsep ilmu perubatan yang difahami oleh tokoh-tokoh perubatan Arab-Islam sejak abad ke 9 masihi lagi. Ibnu Sīnā misalnya dalam kitab *Qānūn Fi Tibb* memberi definisi ilmu Tibb sebagai "...pengetahuan tentang keadaan badan insan ketika sihat dan juga ketika sakit. Ia bertujuan memelihara kesihatan dan juga usaha memulihkan badan bila sakit"¹⁸ Persamaan ini juga selain dari menunjukkan kesatuan idea, juga menunjukkan wujudnya hubungan yang erat antara tradisi perubatan Arab-Islam di Timur Tengah dengan tradisi perubatan Melayu khususnya selepas kedatangan Islam.

¹⁶ Sebagai perbandingan, dalam Kitab al-Malaki oleh Ali Ibn Abbas al-Majusi, al-Majusi membahagikan ilmu perubatan kepada tiga iaitu (1) pengetahuan tentang "natural things", (2) Pengetahuan tentang "non- natural", dan (3) Pengetahuan tentang "extra-natural things", Lihat, Ullmann, M., *Islamic Medicine*, hal 97.

¹⁷ *Bustān al-Salāṭīn*, Ms. no. 21514, hal 102.

¹⁸ Mazhar H. Shah, *The General Principle of Avicenna's Canon of Medicine*, (Karachi: Naveed Clinic, 1966) hal. 17

Berdasarkan semua definisi yang diberikan di atas menunjukkan bagaimana keadaan sihat dan sakit dilihat sebagai satu kesinambungan. Kejayaan mengembalikan kesihatan dan menghilangkan penyakit bergantung kepada ilmu tentang humor atau lebih khususnya lagi ilmu fisiologi. Ini sesuai dengan definisi perubatan dalam dua buah manuskrip ini iaitu menekankan ilmu perubatan sebagai ilmu yang ada kaitan dengan "ehwal badan insan". Ini menuntut supaya seorang tabib mempunyai pengetahuan yang baik tentang apakah keadaan yang dinamakan sihat pada seseorang individu dan jika kesihatan itu hilang iaitu sakit, apakah cara yang boleh dilakukan untuk mengembalikan keseimbangan itu. Satu pertimbangan lain yang mesti diambil kira ialah keseimbangan seorang individu dengan individu lain adalah tidak sama dan memerlukan rawatan yang berbeza.

Sungguhpun *Kitab Tibb* seperti Ms. 33, tidak memberi definisi ilmu perubatan yang membolehkan kita membuat kesimpulan konsep kesihatan yang dianjurkannya, tetapi dalam Ms. 33 ada disebutkan bahawa "... barang siapa hendak mengubat mahulah diketahui dan difahami sebab-sebab yang mendatangkan sakit atau demam pada tubuh badan"¹⁹ Pengetahuan yang dimaksudkan di sini ialah pengetahuan tentang humor dan masa-masa tertentu ia aktif.

Dalam masyarakat Melayu, pertalian antara konsep kesihatan dan sakit boleh dilihat daripada segi penggunaan bahasa yang menunjukkan keadaan kesihatan seseorang. Terdapat sekurang-kurangnya tiga keadaan dalam kontinum sihat dan sakit ini. Bila seseorang penutur asli bahasa Melayu ditanya adakah ia sihat, ia akan menjawab salah satu dari keadaan ini, iaitu sama ada;

¹⁹ Ms. 33, hal. 23

- i. Sihat ,atau
- ii. Kurang sihat, atau
- iii. Tidak sihat.²⁰

Konsep "kurang sihat" bersifat abstrak dan bergantung kepada keadaan. Ia mungkin memerlukan rawatan atau hanya dibiarkan dan dianggap tidak bahaya. Konsep "kurang sihat" ini boleh bergerak ke arah sihat ataupun ke arah sakit. Inilah yang dikatakan bahawa sihat dan sakit dalam konsepsi orang Melayu adalah satu yang berkaitan atau dalam satu kontinum.²¹

Konsep sihat dalam masyarakat Melayu juga tidak sahaja terbatas kepada kesihatan tubuh badan tetapi juga kesihatan jiwa. Seorang yang mengalami masalah kejiwaan juga akan dianggap sedang sakit. Malah seseorang individu yang mempunyai kelakuan yang menyimpang daripada perlakuan sosial yang diterima umum dan gagal memainkan peranan sosialnya atau anti sosial juga akan dianggap tidak sihat.²²

Konsep roh, akal, nafsu dan lain-lain yang dibawa oleh ajaran Islam meluaskan lagi prespektif orang Melayu tentang konsep sihat. Individu yang sihat mestilah mempunyai kesihatan bukan pada tubuh badan sahaja tetapi juga pada rohnya, akal dan nafsunya. Implikasi teologikal ajaran Islam juga mempengaruhi konsep sihat dan sakit yang difahami oleh orang Melayu. Kesihatan adalah anugerah tuhan yang perlu dihargai dan disyukuri manakala sakit lebih bersifat pelbagai dimensi. Sakit boleh disebabkan kehendak tuhan supaya orang-orang yang melakukan dosa dapat

²⁰ Konsep sihat dan sakit dalam masyarakat melayu telah dikaji oleh Colson dan ia mendapati dalam masyarakat konsep sihat dan sakit ini adalah berkaitan dan berkesinambungan. Lihat Colson,Anthony C.,*The Prevention of Illness In a Malay Village: An Analysis of Concept and Behavior*, Tesis Ph.d.,Stamford University, 1969.

²¹ Hashim Awang, *Pengantar Antropologi Perubatan*,hal. 28

²² Ibid., hal. 53.

menginsafi akan dosa-dosa mereka. Sakit juga boleh menjadi satu kifarāt iaitu sebagai satu cara Allah mengurangkan dosa yang dilakukan oleh manusia. Selain daripada itu sakit juga adalah satu ujian untuk menguji kesabaran manusia.²³

Tuntutan kepada satu keseluruhan dalam kesihatan adalah antara ciri-ciri idea kesihatan masyarakat Melayu dan ini membezakannya daripada sistem perubatan moden. Pendekatan bersepadu atau holistik ini ada kaitannya dengan konsep manusia dan alam yang menjadi asas falsafah konsep kesihatan orang Melayu. Kesihatan wujud bila hubungan antara manusia dan alam ini berada dalam keadaan yang harmonis.

2.3 Keharmonian Mikrokosmos dengan Makrokosmos

Salah satu cabang penting dalam ilmu perubatan ialah ilmu anatomi dan juga ilmu fisiologi. Kedua-dua ilmu ini didapati berkembang seiring dengan perkembangan Galenisme dalam masyarakat Melayu. Ilmu anatomi (*Tasñh*, Ar.) dan fisiologi berkembang menjadi kompleks dan maju kerana ia juga penting kepada semua cabang ilmu dalam Islam seperti ilmu perundangan Islam (feqah), ilmu tasawuf, teologi dan falsafah.²⁴ Dalam ilmu feqah misalnya, wujud perbincangan yang agak meluas tentang persoalan umur dan kematangan yang berkait rapat dengan soal akil baligh dan juga masalah haid dan nifas wanita. Dalam ilmu tasawuf juga anatomi manusia didalami untuk memudahkan perbincangan tentang aspek psikologi manusia yang akan menerangkan fungsi-fungsi akal, nafsu, qalbu dan lain-lain.

²³ *Kitab Ṭaiyib al-Iḥsān*, hal. 2

²⁴ Osman Bakar, Islam and Bioethics, dalam *Yunani Orthodox Theological Review*, Vol. 31, No 2, 1986.

Pengetahuan anatomi dalam tradisi Islam bukan sahaja berdasarkan maklumat-maklumat emperikal malah melalui analogi kosmik yang mempunyai unsur-unsur falsafah. Dalam sejarah perkembangan ilmu anatomi dan fisiologi Islam yang didokong oleh kumpulan Ikhwan as-safa, mereka banyak menggunakan analogi kosmik dalam menghuraikan sistem anatomi dan fisiologi manusia.²⁵ Pandangan spekulatif tentang konsep manusia menolong memperkayakan lagi pengetahuan fisiologi dan anatomi masyarakat Islam dan diwarisi oleh seterusnya oleh masyarakat Melayu.

Dalam pandangan hidup masyarakat Melayu, terdapat satu hubungan yang sepadu antara alam dengan setiap makhluk yang hadir di dalamnya termasuklah manusia. Kerana hubungan yang cukup rapat inilah maka manusia disebut sebagai alam kecil (mikrokosmos) manakala alam ini sendiri adalah alam besar (makrokosmos). Konsep manusia sebagai mikrokosmos disepakati oleh kebanyakan ahli-ahli fikir Islam baik dari golongan falsafah seperti Ibn Sīnā²⁶ ataupun dari golongan teologi seperti Imam al-Ghazzali.²⁷

Shaykh Nūr al-Dīn al-Rānī memberi dua dimensi konsep manusia dalam dua konteks yang berbeza. Pertama; Dalam konteks kejadian manusia, manusia adalah mikrokosmos jika kejadian manusia dibandingkan dengan kejadian alam ini yang serba besar dan sempurna. Oleh kerana alam ini lebih besar maka alam ini dikenali sebagai makrokosmos selari dengan pandangan Ibn Sīnā dan juga al-Ghazzali. Shaykh Nūr al-Dīn menguatkan hujahnya ini dengan membawa satu ayat dari al-Quran yang

²⁵ Lihat misalnya tulisan Seyyed Hoessein Nasr, *An Introduction to Islamic Cosmological Doctrines*, Bab 4.

²⁶ Ibid., hal. 251

²⁷ Al-Ghazzali, *The Alchemy of Happiness*, (Lahore: Ashraf Publication, 1979) hal.31.

bermaksud; "...adalah kejadian tujuh petala langit itu terlebih besar daripada kejadian manusia"²⁸

Kedua; dalam konteks hakikat kewujudan manusia, ia adalah lebih tinggi, lebih sempurna dan terutama di sisi Tuhan. Ini adalah kerana manusia dijadikan oleh Tuhan dari "Wajahnya".²⁹ Dalam konteks inilah manusia adalah makrokosmos dan alam ini hanyalah sebagai mikrokosmos. Ini diungkapkan dengan jelas oleh Shaykh Nūr al-dīn dalam kitab *Bustān al-Salāṭīn* seperti berikut;

Maka adalah wujud insan itu bernama alam kabir, bumi dan langit dan barang yang ada antara keduanya itu bernama alam soghir. Dan kejadian insan itu terlebih baik daripada semesta sekalian dari kerana terhimpun dalamnya segala barang yang ada dalam langit dan bumi.³⁰

Walaupun terdapat dua dimensi tentang konsep manusia yang diberikan oleh Shaykh Nūr al-Dīn, tetapi pada dasarnya kedua-duanya sama iaitu manusia adalah satu ketertiban dan keteraturan sama seperti alam ataupun konsep *kosmos* dalam pemikiran Yunani. Ketertiban manusia dari segi rohani dan jasmani adalah kunci kepada kesihatan, dan kacau bilau atau ketidakseimbangan (*chaos*) dalam sistem badan ini adalah punca kepada keuzuran manusia. Oleh itu asas penjagaan kesihatan dan mekanisme yang digunakan dalam teknik-teknik rawatan ialah mengembalikan ketertiban yang hilang itu.

Dalam *Bustān al-Salāṭīn* prinsip-prinsip anatomi dan juga kesihatan diperjelaskan berdasarkan analogi kosmik dan lain-lain idea kosmologi. Hal ini juga

²⁸ *Bustān al-Salāṭīn*, Ms. no. 21514, hal. 86

²⁹ Terdapat satu Hadis yang bermaksud "Tuhan menciptakan Adam dari Wajah-Nya sendiri" Konsep manusia sebagai "Khalifah Allah" menguatkan lagi kemuliaan manusia di sisi tuhan. Lihat huraian yang diberikan oleh Seyyed Hoessin Nasr dalam *Ideals and Realities of Islam*, (London: Unwin Paperbacks, 1979) hal. 18.

³⁰ *Bustān al-Salāṭīn*, Ms. no. 21514, hal. 94

biasa ditemui dalam kitab-kitab perubatan Islam yang dikarang oleh ahli-ahli perubatan Islam seperti Ibn Sīnā.³¹ Dalam *Bustān al-Salāṭīn* analogi kosmik ini ditemui dan digunakan dengan meluas oleh pengarangnya. Satu contoh analogi kosmik ini adalah seperti berikut;

Maka ada bagi langit itu tinggi demikianlah bagi insan itu kelakuannya berdiri, dan ada bagi langit itu matahari dan bulan dan ada bagi insan itu matanya kedua. Dan ada bagi langit itu bintang dan ada bagi manusia itu segala giginya dan ada bagi langit itu berkitar-kitar maka ada bagi manusia itu perjalanannya. Dan ada bagi langit itu hujan, maka adalah bagi insan itu air matanya dan ada bagi langit itu kilat gemerlap maka adalah bagi insan itu kejip matanya. Dan lagi pula suatu misal, ada bagi alam itu 'Arsy maka ada bagi insan itu badannya, dan ada bagi alam itu Kursi maka adalah bagi insan itu nafas dan ada bagi alam itu Bait al-Ma'mur maka adalah bagi insan itu hatinya.³²

Dalam faham kosmogoni Islam manusia menduduki hairarki yang tertinggi daripada semua kejadian dan dianggap sebagai sebaik-baik kejadian yang dijadikan Tuhan. Allah telah menjadikan apa yang ada di alam ini, wujud pula secara simbolik dalam tubuh badan manusia. Ini sesuai dengan idea falsafah Islam iaitu, manusia ini adalah simbol kepada kewujudan alam ini (*al-insan ramz al-wujud*). Oleh itu manusia walaupun tidak akan dapat mengetahui alam ini seluruhnya dengan pancaindera tetapi ia dapat memahami alam ini dengan mengkaji dirinya sendiri.³³ Misalnya, adanya tujuh anggota penting iaitu otak, urat-urat seni, urat yang besar, tulang, daging, darah dan kulit adalah gambaran adanya tujuh petala langit dan tujuh petala bumi.³⁴ Begitu juga dua belas buruj yang dijadikan oleh Allah Taala adalah fenomena dalam makrokosmos dan pasanganya dalam mikrokosmos ialah anggota-anggota badan manusia tertentu.

³¹ Seyyed Hoessin Nasr, *An Introduction to Islamic Cosmological Doctrines*, hal. 234

³² *Bustān al-Salāṭīn*, Ms. no. 21514, hal. 95

³³ Kepentingan manusia mengkaji dirinya sendiri termasuk dari aspek ilmu anatomi dengan tujuan untuk mengetahui dengan lebih dekat lagi alam ini dan seterusnya Allah S.W.T. telah dianjurkan oleh Imam al-Ghazzali dalam kitabnya *Kimia as-Saadah*. Pengaruh Imam al-Ghazzali ini amat kuat dalam pemikiran tokoh-tokoh seperti Shaykh Nūr al-Dīn dan juga ulama-ulama lain di Asia Tenggara ini.

³⁴ *Bustān al-Salāṭīn*, Ms. no. 21514, hal. 94

Misalnya buruj Ḥaml dengan telinga, buruj Šur dengan leher, jauza dengan tangan, saratan dengan susu (puting susu) dan seterusnya. Persamaan antara tujuh buah planet di angkasa dengan tujuh hari dalam seminggu menguatkan lagi keyakinan masyarakat tradisional bahawa antara manusia dan alam adalah dua entiti yang mempunyai banyak persamaan. Begitu juga pengetahuan tentang alam membantu pula manusia memahami dirinya terutama beberapa aspek anatomi yang tidak dapat diketahui kerana dalam pandangan kebanyakan ahli-ahli perundangan Islam pembedahan mayat manusia dianggap sebagai satu perbuatan yang dicela.

Keadaan tubuh badan termasuklah keadaan sakit atau sihat juga mempunyai pertalian secara langsung dan tidak langsung dengan unsur-unsur alam dan juga makhluk-makhluk lain di alam ini. Dalam semua naskah yang dikaji, penyakit yang dihadapi oleh manusia banyak dikaitkan dengan pengaruh dan perubahan dalam alam ini seperti perubahan musim dan cuaca iaitu sejuk atau panas. Manakala Kitab-kitab Ṭibb yang banyak dipengaruhi oleh ilmu astronomi seperti yang terdapat dalam *Kitab Tajul Muluk* dan *Kitab Bintang Duabelas*, secara langsung mengaitkan penyakit dan kesihatan dengan pergerakan cakerawala. Oleh itu mengikut kitab-kitab ini, untuk mengubat pesakit yang mengidap penyakit-penyakit yang diidentifikasi dengan planet-planet tertentu mestilah dalam waktu-waktu yang tertentu juga. Perluasan idea sebegini hanya terbatas kepada kitab-kitab Ṭibb dan tidak terdapat dalam *Kitab Bustān al-Salātīn* dan *Kitab Ṭaiyib al-Iḥsān*.³⁵

Dalam ketiga-tiga teks yang dikaji konsep manusia sebagai mikrokosmos dikaitkan dengan doktrin humoral. Selari dengan doktrin humoral Hippocrates, ilmu

³⁵ Walaupun Syeikh Ahmad Fatani tidak memperlihatkan kepentingan ilmu astrologi dalam *Kitab Ṭaiyib al-Iḥsān*, tetapi dalam tulisannya yang lain seperti kitab *Luqṭatul Ajjal* terdapat penggunaan ilmu astrologi dan astronomi dengan meluasnya.

perubatan Melayu menganggap terdapat empat cairan atau humor utama dalam tubuh manusia iaitu, darah, balgham, air hempedu kuning dan air hempedu hitam.³⁶ Keempat-empat humor ini mempunyai persamaan pula dengan empat anasir utama yang ada dalam alam ini iaitu, api, udara, air dan tanah. Di dalam tubuh manusia yang dianggap sangat istimewa dan menggambarkan alam yang luas atau makrokosmos inilah, tempat terbaik semua anasir-anasir yang empat ini berpadu dengan mengekalkan sifat-sifat asal masing-masing.

Kesemua teks yang diteliti menyebut asal usul kejadian manusia daripada empat anasir ini. Dalam Ms. 33 dinyatakan kejadian manusia seperti berikut;

Fasal ini pada menyatakan kejadian manusia dijadikan Allah Subhanahu wa taala daripada empat anasir. Pertama tanah, perangnya dingin serta kering. Maka adalah pada insan itu sauda ertinya hitam

Anasir yang keduanya api. Perangnya panas serta kering. Maka adalah pada insan itu safrun iaitu air yang kuning

Air, anasir yang ketiga, perangnya dingin serta basah. Maka adalah pada insan itu balgham, iaitu dingin serta basah....

Anasir yang keempat iaitu angin, perangnya panas serta basah. Maka adalah pada insan itu damawi ertinya darah.³⁷

Dalam *kitab Bustān al-Salāṭīn* juga kejadian manusia sebagai kombinasi dan interaksi keempat-empat anasir ini diterangkan dengan jelas.³⁸ Dalam *Kitab Ṭaiyib al-Iḥsān*, tidak pula disebutkan bahawa kejadian manusia adalah dari empat anasir alam itu, tetapi semua sifat atau khasiat anasir-anasir alam itu muncul dalam tubuh badan manusia menerusi humor-humor yang sentiasa berubah-ubah mengikut keadaan cuaca, pemakanan dan lain-lain.³⁹

³⁶ Dalam *Kitab Ṭibb*, air hempedu hitam dan air hempedu kuning disebut hanya sebagai air hitam atau air kuning. Lihat, *Kitab Ṭibb*, hal. 22. Semua manuskrip yang diteliti bagaimanapun menggunakan juga istilah Arab, iaitu *sauda* untuk air hempedu hitam dan *safrun* atau *safrun* untuk air hempedu kuning.

³⁷ Ms. 33, hal. 22

³⁸ *Bustān al-Salāṭīn*, Ms. no.21514, hal 103

³⁹ *Ṭaiyib al-Iḥsān*, hal. 6

Keempat-empat anasir yang terdapat dalam badan manusia ini hanyalah simbol yang menggambarkan manifestasi alam, tabii ini dalam tubuh insan dan bukan merujuk kehadiran anasir-anasir alam ini secara fizikal. Anasir-anasir ini penting kerana membawa sifat-sifat alam dalam diri manusia menerusi humor dan dengan ini mengharmonikan manusia dengan alam ini. Humor darah misalnya bersifat panas dan lembab, seperti sifat yang ada pada anasir angin, humor balgham bersifat sejuk dan lembab seperti sifat air, humor air hempedu hitam bersifat sejuk dan kering seperti sifat tanah, manakala humor air hempedu kuning bersifat panas dan kering sama seperti sifat yang ada pada unsur api.

Jika dalam alam, kejadian dan kebinasaan sesuatu fenomena terjadi daripada campuran empat anasir ini, maka begitu juga dalam tubuh manusia terdapat satu pola dan sifat tertentu hasil daripada campuran dan interaksi keempat-empat anasir ini. Keadaan inilah yang dinamakan temperamen iaitu pembawaan ataupun perangai seseorang. Pola dan susunan temperamen setiap individu adalah unik, oleh itu proses pengubatan dan perawatan setiap pesakit berbeza daripada seorang dengan seorang yang lain, bergantung kepada temperamen semulajadinya. Ini menunjukkan bahawa setiap mikrokosmos adalah satu sistem yang tersendiri, berbeza dengan mikrokosmos yang lain. Tetapi persamaan dari keempat-empat humor yang ada dalam setiap mikrokosmos memberikan fakta bahawa setiap mikrokosmos mempunyai kesamaan morfologi dengan mikrokosmos yang lain.

Wujudnya empat humor dalam badan yang masing-masing mempunyai sifat-sifat dan temperamen yang sama seperti empat anasir alam telah menghasilkan satu

sistem fisiologi dalam perubatan Melayu. Sistem fisiologi ini digambarkan dengan jelas sekali oleh Shaykh Nūr al-Dīn al-Rānīrī dalam kitab *Bustān al-Salāṭīn*.⁴⁰

Ide fisiologi yang didokong oleh pengarang *Bustān al-salāṭīn* dan *Kitab Ṭaiyib al-lḥsān* walaupun agak sederhana dan mudah jika dibandingkan dengan apa yang pernah ditulis oleh tokoh-tokoh perubatan Islam klasik seperti Ibn Sīnā dalam *Qānūn*,⁴¹ tetapi telah memberikan satu pengetahuan dan maklumat yang menyeluruh tentang fisiologi. Kitab-kitab perubatan yang lebih terkemudian seperti *Kitab Ṭibb* yang tersimpan di Arkib Teranganu⁴² menunjukkan bahawa ia banyak dipengaruhi kitab yang lebih awal seperti *Kitab Bustān al-Salāṭīn*.

Konsep alam atau makrokosmos pula adalah sebagai satu ciptaan tuhan dan juga tempat tuhan memperlihatkan "ayat-ayat-Nya" atau tanda-tanda-Nya. Walaupun terdapat perbezaan nyata antara manusia dengan alam, iaitu manusia sebagai kejadian Tuhan yang sentiasa bersifat aktif manakala alam ini pula sentiasa bersifat pasif tetapi antara kedua-dua makhluk ini terdapat persamaan iaitu masing-masing adalah ciptaan Tuhan. Faktor inilah menyebabkan wujudnya satu kesatuan antara alam dan manusia. Lantaran itu terdapat semacam simpati yang tersirat antara manusia dan alam ini.⁴³ Hubungan yang terselindung ini dimanfaatkan oleh pengamal-pengamal perubatan ketika pemberian ubat-ubatan. Ubat tertentu adalah simbol yang mewakili unsur-unsur tertentu alam yang berperanan mengharmonikan semula seseorang pesakit dengan alam berkenaan. Masa yang sesuai iaitu masa ketika pesakit dan alam paling harmonis juga memainkan peranan dalam proses rawatan. Oleh itu proses

⁴⁰ *Bustān al-Salāṭīn*, Ms. no. 21514 hal.103 - 104

⁴¹ Lihat, Mazhar H. Shah, *The general Principles of Avicenna's*, bab 4 dan 5.

⁴² Manuskrip yang masih belum dikatalogkan ini mempunyai beberapa persamaan dengan beberapa bahagian *Kitab Bustān al-Salāṭīn* terutama dalam menghuraikan temperamen manusia dan fisiologi.

⁴³ Seyyed Hossein Nasr, *An Introduction to Islamic Cosmological Doctrines* hal. 260

rawatan tidak sekadar melalui ubat yang mempunyai implikasi fizikal tetapi juga keberkesanan kerana nilai simboliknya.

2.4 Manusia dan Temperamen semulajadi

Interaksi semua sifat-sifat yang ada pada anasir-anasir dalam badan akan menghasilkan temperamen tertentu pada perlakuan manusia. Sifat-sifat yang ada dalam anasir-anasir iaitu sama ada sejuk, panas, kering atau basah ialah sifat-sifat yang menentukan temperamen seseorang itu stabil ataupun sebaliknya. Temperamen yang stabil ialah manifestasi keseimbangan dalam badan manakala temperamen yang berubah-ubah menunjukkan ketidakseimbangan anasir-anasir diwakili oleh humor-humor dalam badan.

Hubungan dan interaksi antara anasir-anasir dan humor yang mempengaruhi sifat-sifat atau temperamen seseorang dijelaskan dengan sederhana dan mudah dalam semua kitab-kitab perubatan Melayu. Dalam Ms. 33 dijelaskan kaitan anasir dengan humor dan dengan temperamen serta tanda-tanda dalam seseorang seperti berikut;

Fasal ini pada menyatakan kejadian manusia dijadikan Allah Subhanahu wa taala daripada empat anasir. Pertama tanah, perangnya dingin serta kering maka adalah insan itu sauda ertinya hitam, iaitu di dalamnya dingin serta kering dan kurang di dalamnya panas dan basah. Maka tandanya orang itu kurus, tubuhnya nipis, banyak pekerjaannya, kurang tidur, tiada dapat ia sabar daripada jimak. Maka ada baginya mudarat yang besar. Maka adalah asal kejadiannya daripada perangai tanah. Dalam tubuh manusia tempatnya pada almak, maka perangnya itu tubuhnya sihat.

Anasir yang keduanya api; perangnya panas serta kering. Maka adalah pada insan itu safrun iaitu air yang kuning, maka iaitu panas serta kering, asal kejadiannya daripada perangai api, yang di dalam tubuh manusia tempatnya pada humpedu. Maka tandanya orang itu segera barang kerja dan lakunya, dan segera pada jalannya, lagi terang hatinya. Orang itu panas tubuhnya, kurang tidurnya, barangkali banyak di dalamnya panas daripada kering. Maka adalah warnanya kuning.

Air, anasir yang ketiganya, perangnya dingin serta basah. Maka adalah pada insan itu balgham yaitu dingin serta basah(sifatnya). Asal kejadiannya daripada perangai air, dalam tubuh manusia tempatnya pada paru-paru. Maka adalah perangai balgham itu tambun, yaitu banyak dingin dan basah dan kurang dalamnya panas dan kering. Alamat orang itu tambun tubuhnya, banyak lemaknya. Sebab perangai basah padanya, maka orang itu banyak tidurnya, segan ia pada barang pekerjaannya, dan lambat jua, lagi kurang fahamnya.

Anasir yang keempat yaitu angin, perangnya panas serta basah. Maka adalah pada insan itu damawi ertinya darah yaitu panas serta basah (perangnya). Maka adalah asal kejadiannya daripada perangai angin, yang di dalamnya tubuh manusia, tempatnya pada hati. Bahawa tubuh orang itu nipis, taida tebal, yaitu banyak panas serta basah, dan kurang dalamnya angin dan kering. Maka orang itu tiada tambun; kurang dagingnya, banyak darahnya, banyak perolahannya, perkertinya sederhana⁴⁴

Temperamen tiap-tiap individu adalah unik, bergantung kepada faktor-faktor seperti umur, cuaca, faktor pemakanan dan lain-lain. *Kitab Bustan al-Salatin* membahagikan temperamen manusia kepada empat jenis mengikut umur.

Pertama; temperamen orang muda yaitu berumur daripada mula lahir hingga berumur tiga puluh tahun. Anasir yang lebih dominan ialah unsur api. Temperamen kanak-kanak ialah sederhana panas dan basah manakala orang yang lebih dewasa pembawaannya sangat panas dan basah. Mereka mudah marah dan bercakap dengan gopoh dan tanpa berfikir panjang.

Kedua; temperamen orang yang berumur antara tiga puluh hingga empat puluh tahun. Temperamen mereka lebih bersifat sejuk dan kering. Mereka ini lebih penyabar dan bercakap dengan lebih berhati-hati. Pada golongan ini unsur yang dominan ialah unsur angin.

Ketiga; ialah temperamen orang yang berumur antara empat puluh tahun hingga keenam puluh tahun. Unsur yang dominan pada peringkat umur ini ialah unsur

⁴⁴ Ms. 33, hal. 22

air. oleh itu temperamen mereka lebih bersifat sejuk dan mereka lebih tenang baik dalam percakapan maupun tindakan.

Keempat; iaitu golongan yang berumur melebihi enam puluh tahun. Unsur yang dominan ialah unsur tanah dan pembawaan mereka ialah lebih bersifat merendahkan diri kerana lebih berumur atau kerana ketuaannya.⁴⁵

Semua temperamen yang diterangkan di atas ialah temperamen yang ideal mengikut umur seseorang dan jika berlaku keadaan sebaliknya menunjukkan bahawa pembawaannya tidak dalam keadaan yang sepatutnya dan ini memerlukan rawatan untuk menseimbangkan semula pembawaanya.

Pengetahuan tentang temperamen ini amat penting diketahui oleh seorang pengamal perubatan terutama ketika membuat diagnosis dan juga untuk tujuan pemberian ubat. Terdapat satu cabang ilmu dalam tradisi ilmu Islam yang dipanggil firasat yang dapat membantu pengamal-pengamal perubatan mengenali temperamen seseorang.⁴⁶ Bagaimanapun pemerhatian secara objektif lebih diutamakan oleh pengamal-pengamal ilmu perubatan Melayu. *Kitab Bustān al-Salāṭīn* ini memberikan sepuluh kaedah untuk mengetahui tanda-tanda untuk mengenali temperamen manusia iaitu;

⁴⁵ *Bustān al-Salāṭīn*, Ms. no. 21514, hal. 107

⁴⁶ Shaykh Nūr al-Dīn juga menulis satu fasal dalam kitab *Bustan al-Salatin* tentang ilmu firasat yang berdasarkan ilmu tentang tanda-tanda yang boleh dilihat pada tubuh manusia. Selain daripada karya di atas, sebuah tulisan yang lebih awal iaitu Kitab *Taj al-salāṭīn* juga telah mencatatkan ilmu firasat yang melibatkan tanda-tanda ini. Lihat Khalid M. Hussain, (penyelenggara) *Taj us-salatin* (Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka, 1992), hal. 177

1. Dengan cara merasa badan pesakit untuk mengetahui suhu badannya. Badannya yang sentiasa panas menunjukkan seseorang itu mempunyai pembawaanya yang panas dan jika badannya sejuk menunjukkan ia mempunyai temperamen yang sejuk.
2. Dengan melihat keadaan tubuh badan. Jika badan yang gemuk menunjukkan lebihan sifat sejuk dan basah kepada individu berkenaan.
3. Dengan melihat rambut. Rambut yang sangat ikal dan kering ialah tanda badan yang panas dan kering. Rambut yang lurus dan tidak bewarna serta sangat hitam menunjukkan tabiat basah dalam temperamen seseorang itu.
4. Dengan melihat warna tubuh. Warna tubuh yang putih menunjukkan tabiat sejuk kerana banyak balgham. Jika warna badan warna merah menunjukkan tabiat panas sesuai dengan tabiat darah. Jika badan seseorang itu menunjukkan tanda warna putih kemerahan menunjukkan ia mempunyai temperamen yang sederhana. Warna yang gelap pula menunjukkan tabiat seseorang itu adalah panas. Warna kuning juga menunjukkan tanda panas kerana terdapat cairan safra yang berlebihan.
5. Dengan melihat bentuk dan susuk tubuh. Dada yang bidang dan banyak otot-otot yang besar serta tangan dan kaki yang tegap menunjukkan tabiat yang panas dalam temperamen seseorang itu.
6. Dengan melihat kelakuan dan perbuatan seseorang itu. Orang yang mempunyai tabiat yang panas cepat dalam tindakan dan perbuatannya manakala orang yang mempunyai tabiat sejuk lebih perlahan tindakannya.

7. Di lihat kesempurnaan pekerjaannya. Orang yang membuat sesuatu pekerjaan dengan sempurna menunjukkan ia mempunyai temperamen yang sederhana. Orang yang alang kepalang dalam pekerjaannya dan sentiasa tidak selesai dalam pekerjaannya cenderung mempunyai tabiat sejuk. Orang yang mempunyai tabiat yang panas agak segera lagi gopoh dalam pekerjaannya.

8. Dengan melihat kepada cara tidur seseorang itu. Orang yang mudah tidur menunjukkan tanda basah dan sejuk. Orang yang susah tidur dan sentiasa berjaga menunjukkan ia mempunyai temperaemen yang sederhana.

9. Dengan melihat sifat dan warna najis. Najis yang berbau dan bewarna merah menunjukkan tanda panas pada tabiat seseorang itu. Najis yang kurang berbau dan bewarna pucat menunjukkan tabiat yang sejuk dalam temperamen seseorang.

10. Dengan melihat kelakuan batin. Orang yang cepat faham dan cerdik menunjukkan ia mempunyai tabiat panas. Orang yang bebal dan dungu mempunyai tabiat sejuk. Orang yang sentiasa tegas dan konsisten mempunyai tabiat yang kering. Orang yang pelupa adalah tanda ia mempunyai sifat sejuk dan basah. Begitu juga orang yang mempunyai sifat sejuk mempunyai tanda seperti penakut dan lemah semangat. Orang yang berkelakuan sopan santun menunjukkan tabiat sejuk dalam pembawaannya manakala orang yang banyak bertengkar dan berani, menunjukkan tanda panas dalam pembawaannya.⁴⁷

Kaedah yang disebutkan dalam Kitab *Bustān al-salātīn* ini adalah kaedah yang sama seperti dipraktiskan oleh perubatan Islam dan juga Tibb Unani di Asia Barat dan

⁴⁷ *Bustān al-Salātīn*, Ms. no. 21514, hal. 109 - 111

benua kecil India.⁴⁸ Kaedah ini menekankan kemahiran dan pengalaman seseorang pengamal perubatan menentukan penyakit dan ubat yang sesuai untuk seseorang pesakit. Oleh kerana temperamen seseorang berbeza daripada yang lain maka ubat yang akan diberikan sebagai rawatan juga akan berbeza.

Kepelbagaian temperamen seseorang juga ditentukan oleh perubahan humor dalam badannya. Perubahan humor ini secara langsung membawa kepada hilangnya kualiti temperamen asal iaitu kesihatan dan datangnya penyakit kepada seseorang itu. Tanda-tanda temperamen seseorang seperti yang diterangkan oleh Shaykh Nūr al-Dīn al-Rānirī itu boleh menjadi satu mekanisme pengukur untuk mengetahui sama ada berlaku atau tidak perubahan humor dalam badan seseorang. Selain daripada melihat tanda-tanda pada tubuh terdapat juga beberapa kaedah lain yang dapat digunakan untuk mengetahui sama ada humor seseorang itu dalam keadaan yang stabil ataupun berubah. Syeikh Ahmad Fatani selain daripada memberi maklumat ringkas tentang ilmu tanda seperti yang diberikan oleh Shaykh Nūr al-Dīn al-Rānirī, juga memberi beberapa kaedah lain seperti merasa nadi dan juga menguji air kencing.

Kaedah merasa nadi diterangkan oleh Syeikh Ahmad Fatani seperti berikut;

Bermula nadi itu ada kalanya kasar lagi lekas gerakannya dan ia itu menunjukan atas banyak darah. Dan adakalanya halus lagi segera gerakannya jua dan ia itu alamat atas lebih safra. Dan adakalanya halus lagi lambat gerakannya dan ia itu tanda atas bertambah sauda. Dan adakalanya kasar lagi lambat gerakannya jua dan ia itu menunjukkan atas banyak balgham. Dan adakalanya pertengahan pada kasar dan halus dan segera dan lambat dan ia itu alamat pertengahan segala akhlat (humor) dan tanda sihat dan afiat⁴⁹

⁴⁸ Lihat misalnya dalam Elgood, C., *A Medical History of Persia*. (Amsterdam: Apa Philo Press, 1979)

⁴⁹ *Kitab Taiyib al-Ihsān*, hal 7

Kaedah menguji air kencing ialah pemerhatian warna air kencing orang yang hendak di uji. Syeikh Ahmad Fatani memberi kaedah seperti berikut;

Bermula harurah itu warnanya yang merah serta kasar tanda atas darah, dan warna putih serta kasar alamat atas balgham dan kuning serta kasar menunjuk atas sauda. Dan jernih serta halus tanda atas safra dan merah yang semata-mata alamat panas dan halus alamat kering. Dan hijau alamat sejuk dan putih dalil basah dan kuning yang jernih dalil sakit dan kuning yang pertengahan dalil sihat dan afiat. Dan merah yang bersih dalil dukacita dan sakit kabad ertinya sakit hati. Dan kelabu tanda demam dan seperti warna komkoma tanda safra dan busuk tanda payah kencing dan bersalah-salahannya tanda kebinasaan⁵⁰

Seperti yang ditekankan oleh Syeikh Ahmad Fatani dalam kitabnya, diagnosis dengan menggunakan kaedah menguji air kencing dan juga merasa kepada nadi adalah satu kaedah yang sukar dan memerlukan pengetahuan yang mendalam dalam ilmu perubatan.⁵¹ Kaedah merasa nadi sungguhpun agak sukar tetapi amat popular di kalangan ahli-ahli perubatan Yunani dan Arab dan diterima baik oleh masyarakat Melayu kerana amat sesuai dengan sistem nilai masyarakat Melayu yang beragama Islam. Kaedah ini selain daripada berkesan sebagai kaedah diagnosis, juga lebih mudah dilakukan serta cepat dan tidak mendatangkan kesan yang tidak enak kepada pesakit dan tidak mengaibkannya. Kaedah merasa nadi ini juga diterangkan dalam manuskrip-manuskrip perubatan yang lain seperti Ms. A dari arkib Terangganu.⁵²

Semua kaedah untuk mengenal pasti temperamen dan tabiat seseorang, yang juga merupakan kaedah diagnosis penyakit, digunakan dengan meluas dalam amalan perubatan Melayu popular. Kaedah diagnosis penyakit dengan menguji air kencing misalnya merupakan satu kaedah biasa digunakan oleh bomoh dan pawang di Kelantan. Diagnosis air kencing dilakukan dengan memasukkan air kencing yang

⁵⁰ Ibid., hal. 7

⁵¹ Ibid., hal. 7

⁵² Ms. A. Arkib Terangganu, hal. 33. Manuskrip ini juga memberikan huraian agak detail tentang kaedah menguji air kencing dan najis serta tanda-tanda dari warna badan.

hendak diuji ke dalam tempurung kelapa dan kemudian diperhatikan warnanya. Selepas itu ia akan dibiarkan di bawah cahaya matahari untuk pemeluapan selama dua hari. Sisa yang tinggal kemudian diambil dan dicampur dengan air kelapa muda dan diperhatikan sekali lagi warnanya.⁵³ Selain daripada kaedah-kaedah yang diterangkan di atas pengamal-pengamal perubatan Melayu juga memperkembangkan beberapa kaedah baru untuk mengetahui keadaan tubuh badan seseorang sama ada dalam keadaan seimbang ataupun tidak. Antaranya ialah kaedah memeriksa warna mata, lidah, kahak atau ludah dan keadaan kulit pesakit.⁵⁴

2.5 Pengaruh Faktor Daripada Luar Kepada Kesihatan

Selain daripada faktor-faktor semulajadi yang bersifat dalaman yang diterangkan di atas, terdapat juga faktor-faktor yang berpunca daripada luar tubuh badan yang boleh mempengaruhi keadaan kesihatan. Dalam Doktrin Galenisme, enam faktor yang biasa disebut faktor *non-natural* ini ialah, persekitaran, makanan dan minuman, gerak dan diam, tidur dan jaga, keadaan emosi dan penyingkiran bahan tertentu daripada badan. Pengaruh faktor non-natural ini adalah idea asal Hippocrates dan dilanjutkan oleh Galen dan terus kekal dalam Galenisme.⁵⁵ Faktor-faktor non-natural atau faktor daripada luar ini akan menyebabkan humor dalam badan berubah dan menjadi tidak seimbang. Dalam *Kitab Bustān al-Salāṭīn* disebutkan oleh pengarangnya faktor-faktor yang mempengaruhi kesihatan iaitu seperti berikut;

⁵³ Warner, Roland, Bomoh/Dukun, *The Practices and Philosophies of the Traditional Malay Healer*, hal 53.

⁵⁴ Beberapa kaedah diagnostik yang digunakan oleh pawang dan bomoh di Kelantan telah diperhatikan dan diterangkan oleh Warner, lihat *ibid.*, hal. 58

⁵⁵ Siegel, R. E., *Galen on Psychology, Psychopathology, and Function and Diseases of the Nervous System*, (Basel: S. Karger, 1973) hal. 227

Pertama, hawa iaitu adat yang tersangat dikehendaki oleh segala manusia supaya ia sentiasa mencium dari hawa itu dan mengeluarkan daripada hawa barang yang hangat dan sejuk. Kedua, makan dan minum iaitu memberi bekas pada badan. Ketiga, harakat dan sukun iaitu gerak dan diam, bahawa yang terbaik daripada keduanya itu sederhana jua. Dan (keempat), (tidur dan jaga), jika dilebihnya tidur daripada jaga nescaya jadi penyakit balgham dan jika dilebihnya jaga daripada tidur nescaya jadi keringlah otaknya dan badannya dan senaklah perutnya.... kelima, harakat dan sukun bagi (nafsu), bahawa harakat iaitu seperti marah dan suka dan sukun itu seperti dukacita dan muram muka. Keenam, jangan cahar dan kebebakan, dan sangat cahar itu mengeringkan tubuh lagi menyejukkan jasad dan yang sangat kebebakan itu menyenangkan perut dan menghilangkan keinginan daripada makan-makanan dan sederhana itulah yang terlebih baik.⁵⁶

Sheikh Ahmad Fatani juga memberikan faktor-faktor yang sama seperti kata beliau dalam kitabnya iaitu, "...Bahawa sekalian penyakit itu jadi daripada cedera mizaj dengan sebab cedera setengah akhlat, yang jadi cedera itu daripada cedera makanan atau minuman atau barang yang diistimikan pada luar badan, atau tempat atau masa atau angin, atau tidur atau jaga, atau gerak atau diam, atau ihtibas ertinya tertahan barang yang sainnya dikeluarkan atau istifraj ertinya mencurahkan barang yang syainnya bahawa ditahankan daripada keluar atau pekerjaanya"⁵⁷ Disebalik enam faktor yang diberikan oleh Shaykh Nūr al-Dīn dan juga seperti yang biasa dihuraikan dalam Galenisme Arab, Sheikh Ahmad Fatani hanya menyebut lima sahaja. Ini mungkin kerana bagi beliau gerak dan diam boleh merangkumi gerak dan diam dalam aktiviti fizikal dan juga gerak dan diam dalam konteks emosi dan perasaan.

Enam faktor yang diterangkan oleh Shaykh Nūr al-Dīn ini biasa disebut dalam Galenisme Arab sebagai *sittah ad-Dharuniyyah*.⁵⁸ Enam faktor ini menekankan kepada faktor pesekitaran yang didiami, makanan dan minuman, aktiviti seharian sama ada sentiasa bergerak atau lebih banyak diam, tidur (berehat) dan sentiasa berjaga (dan

⁵⁶ *Bustān al-Salāṭīn*, Ms. no. 21514, hal. 108

⁵⁷ *Kitāb Ṭaiyib al-Iḥsān*, hal. 6

⁵⁸ Dalam bukunya *Islamic Medicine*, Ullmann menjejanya sebagai "as-sittah al-idtirariyya" hal. 73

tiada rehat), keadaan emosi dan menahan dan membuang bahan dari badan termasuk najis dan juga mani.

2.5.1 Faktor persekitaran

Faktor persekitaran yang mempengaruhi kesihatan ialah keadaan cuaca, habitat dan yang paling ditekankan dalam perubatan Melayu ialah udara atau angin ataupun disebut hawa. Udara mempunyai dua peranan iaitu sebagai penyaman sistem tubuh badan dan juga sebagai sumber kepada kehidupan. Dengan menyedut udara yang baik akan menghidupkan manusia kerana udara itu adalah sumber kepada seluruh kehidupan rohani dan jasmani. Melalui sistem penafasan, udara yang disedut menyegarkan tubuh badan kerana akan membuang hawa panas atau sejuk yang tidak dikehendaki daripada badan.⁵⁹ Peranan udara ini berkait rapat dengan fungsi hidung dalam anatomi Islam iaitu sebagai saluran untuk menyedut udara yang bersih untuk menghalang otak daripada busuk.⁶⁰

Walaupun udara amat penting sebagai sumber kehidupan, tetapi udara yang sejuk, basah atau berangin dianggap sebagai memudaratkan dan ia adalah agen patogenik yang paling dominan untuk kebanyakan jenis penyakit dalam sistem perubatan Melayu seperti penyakit lelah, strok, hilang selera makan, lemah badan, reumatisme dan lain-lain.⁶¹ Udara atau angin adalah anasir yang mempunyai sifat panas dan basah dan ia boleh menyebabkan ketidakseimbangan kepada humor darah sehingga mendatangkan penyakit seperti sakit kepala, berdarah hidung, sakit gusi, bisul dan lain-lain. Ketidakseimbangan humor darah ini amat serius seperti analogi

⁵⁹ *Bustān al-Salāṭīn*, Ms. no. 21514, hal. 108

⁶⁰ *Ibid.*, hal. 88

⁶¹ Lihat misalnya, A. Samad Ahmad, *Warisan Perubatan Melayu*, hal. 32

yang diberikan oleh Syeikh Ahmad Fatani iaitu "...darah adalah seperti sahaya (hamba) yang jika tidak dikuasai atasnya maka terkadang membunuh akan penghulunya (tuannya)"⁶² Cuaca yang berangin dan musim yang berangin seperti musim tengkujuh memerlukan langkah-langkah pencegahan yang melibatkan sistem diet seperti mengelak dari mengambil makanan yang sejuk sebaliknya sentiasa mengambil makanan yang panas dan mengelakkan daripada selalu terdedah kepada udara yang sejuk.

Faktor cuaca mempunyai kaitan yang rapat dengan masa ataupun musim. Di kawasan geografi seperti Semenanjung Malaysia, cuaca dibahagikan kepada tiga iaitu musim panas, musim basah atau musim hujan atau tengkujuh dan musim yang sederhana iaitu musim yang terletak antara musim panas dan basah. Mengikut *Kitab Tibb*, Ms. 33, musim panas ini berlaku dalam bulan satu hingga empat dengan unsur angin amat dominan, musim yang sederhana berlaku dalam bulan lima hingga bulan lapan dengan humor darah amat aktif, dan dalam musim basah yang berlaku dalam bulan sepuluh hingga dua belas balgham lebih dominan.⁶³ Manuskrip ini juga menyebut beberapa masa tertentu dengan humor-humor tertentu cenderung hilang keseimbangannya dan menyebabkan penyakit seperti sakit di waktu pagi yang disebabkan oleh angin, sakit pada waktu petang disebabkan oleh balgham, dan sakit pada sebelah malam disebabkan oleh ketidakseimbangan angin dan balgham, manakala sakit pada sebelah siang cenderung disebabkan oleh bercampurnya darah dan angin.⁶⁴ Kecenderungan *Kitab Tibb* kepada unsur-unsur doktrin perubatan tempatan nampak menonjol di sini kerana *Kitab Tibb* menekankan pengaruh angin

⁶² *Taiyib al-Ihsān*, hal. 6

⁶³ Ms. 33, hal. 23. Perkiraan bulan ini tidak dapat dipastikan sama ada mengikut bulan dalam tahun hijrah atau tahun masihi. Walau bagaimanapun terdapat persamaan pembahagian musim dalam manuskrip ini dengan musim monsun timur laut dan barat daya mengikut kalender masihi.

⁶⁴ Ms. 33, hal. 24.

sebagai pengaruh penting yang mempengaruhi kesihatan sedangkan dalam Galenisme Arab kesan faktor angin tidak ditonjolkan.

2.5.2 Faktor Makanan dan minuman

Makanan dan minuman dalam amalan pemakanan di hampir semua negara-negara Islam akan diklasifikasikan kepada empat kelas utama iaitu sejuk, panas, basah dan kering. Sistem diet kebanyakan umat Islam akan mengambil kira sifat-sifat ini dalam makanan yang dimakan untuk menjaga keseimbangan tubuh badan.⁶⁵ Setiap makanan akan mempunyai kualiti-kualiti tertentu dan pengetahuan tentang kualiti-kualiti ini adalah berdasarkan satu sistem pengkelasan yang sistematik yang berkembang pesat sejak zaman Yunani dan berterusan hingga ke zaman keagungan dan kecemerlangan perubatan Islam.⁶⁶

Kitab Bustān al-Salātīn dan juga *Kitab Ṭaiyib al-Iḥsān* memberikan satu panduan yang komprehensif tentang kaedah pengkelasan makanan ini sesuai dengan penekanan penting faktor pemakanan dalam menjaga kesihatan dan menghindarkan sakit demam. Sebuah hadis Nabi yang dipetik oleh Shaykh Nūr al-Dīn yang bermaksud, "...perut itu pokok segala penyakit dan puasa itu pokok segala ubat"⁶⁷ memberi implikasi bahawa aspek pemakanan amat penting dalam menentukan kesihatan seseorang. Kesederhanaan adalah sikap terbaik dalam kehidupan setiap orang termasuk kesederhanaan dalam aspek pemakanan.

⁶⁵ Nasr, Seyyed Hoessein, *Science and Civilization In Islam*, hal. 228.

⁶⁶ Lihat, misalnya buku Hunayn Ibn Ishaq, *Question on Medicine for Scholars*, Bab 6. Topik ini juga akan dibahasakan dengan lebih detail dalam bab 3 kajian ini.

⁶⁷ Lihat, *Bustān al-Salātīn*, Ms. no. 21514, hal. 113

Orang Islam begitu selektif tentang bahan yang mereka makan atau jadikan ubat. Terdapat makanan dan minuman yang diharamkan oleh doktrin Islam dan yang ini akan dihindari. Sesetengah bahan mempunyai kedudukan istimewa dan dianggap mempunyai nilai-nilai perubatan yang suci kerana disebutkan dalam hadis-hadis Nabi. Contohnya ialah makanan seperti madu, jintan hitam, halba, anggur, delima dan lain-lain. Sesetengahnya pula mempunyai kualiti-kualiti negatif kepada tubuh badan bergantung kepada keadaan seperti susu di makan dengan ikan, buah labu dan mentimun dan lain-lain. Penentuan perkara ini banyak dipengaruhi oleh hadis-hadis nabi atau *Ṭibb al-Nabawī* yang telah dibukukan dan dirujuk oleh cerdik pandai Islam dari masa ke semasa.

Kitab *Bustān al-Salāṭīn* dan kebanyakan kitab *Ṭibb* memberikan sebuah anekdot yang hampir sama iaitu kisah maharaja Farsi yang diberi nasihat oleh beberapa orang tabib berkenaan amalan pemakanan dan penjagaan kesihatan. Antara kandungan anekdot ini ialah nasihat seorang tabib dari Habsyah seperti berikut;

Ya Shah Alam, segala ubat yang terlebih utama daripada sekalian ubat, tiada ada penyakit sertanya, bahawa jangan makan melainkan pada ketika lapar, barangkala makan jangan bahana kenyang, dan jangan minum air melainkan pada ketika dahaga, dan jika minum jangan bahana penuh. Dan jangan dihipunkan makanan yang sama perangnya, seperti daging dan telur, kerana keduanya hangat. Dan jangan dihipunkan memakan ikan dan susu kerana keduanya sejuk. Dan dihipunkan memakan seperti buah kayu dan susu yang baru ditengger, kerana keduanya itu basah perangnya. Dan jangan makan makanan yang berlendir kurang masaknya. Dan jangan makan makanan yang sukar hancur atau liat, atau keras pada ketika memamah dia. Barangkala sukar pada ketika memamah, maka terlebih sukar lagi mi'dah mencernakan dia. Dan jangan makan serta meminum air, biarkan dahulu supaya tetap makanan atas mi'dah. Dan jangan wati' pada ketika tiada ghalib syahwat, dan jangan tidur barangkala tiada mengantuk⁶⁸

⁶⁸ Ms. 33, hal. 18. Anekdot yang diberikan oleh *Bustān al-Salāṭīn* lebih ringkas dan ia merujuk maharaja Rom bukannya maharaja Farsi.

Mengikut Syeikh Ahmad Fatani, selain daripada makanan dan minuman terdapat juga bahan-bahan tertentu yang apabila dipakaikan pada bahagian luar tubuh badan akan memberi kesan pada tubuh badan.⁶⁹ Antaranya ubat-ubat yang disapu atau dibalut pada badan seperti boros atau minyak-minyak tertentu. Walaupun dikenakan pada bahagian luar tetapi kesannya sama seperti makanan dan minuman. Setiap bahan ataupun makanan boleh dimanipulasi untuk dijadikan ubat untuk merawat penyakit-penyakit tertentu. Pemilihan dan penyediaan ubat secara sistematis mengikut kaedah galenik diberikan oleh Sheikh Ahmad Fatani dalam kitabnya ini.

2.5.3 Bergerak dan diam dari segi fizikal dan fisiologi

Aktiviti seharian mempengaruhi keadaan fisiologi seseorang. Setiap aktiviti sama ada lama dan aktif atau sekejap dan tidak aktif akan mempengaruhi keadaan humor. Jenis pekerjaan yang diceburi oleh individu juga mempengaruhi temperamen humor dan tubuh badannya. Orang yang bekerja dengan menggunakan banyak tenaga mempunyai temperamen yang lebih panas berbanding dengan orang yang bekerja ringan. Orang yang bergerak aktif menghasilkan lebih banyak haba panas dalam sistem badannya berbanding dengan orang yang selalu diam di mana badannya lebih sejuk. Ekstrim dalam kedua-dua hal ini memberi kesan yang buruk pada kesihatan. Oleh itu jalan yang terbaik ialah kesederhanaan iaitu antara anjuran Nabi Muhammad S.A.W dalam hadisnya.

Dalam kitab *Bustān al-Salātīn* disebutkan bahawa diantara tiga perkara yang akan membinasakan tubuh badan ialah, sentiasa berjalan, mengenderai kuda yang

⁶⁹ *Taiyib al-Ihsān*, hal. 6

nakal (liar) dan berjalan pada ketika lelah (penat).⁷⁰ Semua gerak kerja ini boleh dikatakan terlalu berat dan tidak mampu ditanggung oleh tubuh manusia dan jika dipaksa juga ataupun diamalkan selalu akan memudaratkan tubuh badan.

2.5.4 Tidur dan jaga

Tidur akan memberi kerehatan kepada sistem tubuh dan ini amat penting dalam menjaga kesihatan badan. Ketika tidur sistem penghadaman yang memerlukan hawa panas dapat berfungsi dengan baik dan makanan dapat dihadamkan. Tidur yang sesuai pada ketikanya dan dalam had masa yang sesuai akan menghilangkan keletihan dan merehatkan sistem fisiologi badan. Tidur yang berlebihan pula akan menambahkan balgham dalam badan dan menjadikan seseorang itu malas, pasif dan kurang cerdik.⁷¹

Sebaliknya orang yang kurang tidur akan meningkatkan suhu panas dalam badannya. Ia akan bertindak agresif walaupun mempunyai hati yang terang.⁷² Mengikut Shaykh Nūr al-Dīn, orang yang selalu berjaga dan sentiasa dalam keadaan letih akan mudah mendapat penyakit lupa.⁷³

2.5.5 Keadaan emosi

⁷⁰ *Bustān al-Salāṭīn*, Ms. no. 21514, hal. 140

⁷¹ Ms. 33, hal. 22

⁷² *Ibid.*, hal. 22

⁷³ *Bustān al-Salāṭīn*, Ms. no. 21514, hal. 140.

Keadaan emosi seseorang juga boleh mempengaruhi keadaan kesihatannya. Aspek-aspek emosi yang ditekankan oleh Shaykh Nūr al-Dīn ialah nafsu. Perlu ada kawalan (gerak dan diam) ke atas nafsu yang terbahagi empat itu, iaitu nafsu amarah, lawwamah, malhamah dan mutmainnah.⁷⁴ Nafsu amarah sentiasa membawa manusia kepada pergaduhan, perkelahian dan pemusuhan kerana tabiat nafsu amarah adalah seperti api, nafsu lawwamah yang tabiatnya seperti angin, iaitu panas dan kering juga menjadikan keadaan manusia tidak sejahtera. Nafsu yang perlu sentiasa digerakkan ialah nafsu mutmainnah yang membawa manusia kepada keharmonian dan kedamaian sama seperti tabiat tanah yang kering dan basah.⁷⁵

Shaykh Nūr al-Dīn menerangkan juga bahawa selalu gembira, melihat muka orang yang disayangi, mempunyai ramai sahabat dan isteri yang bekerjasama akan menghidupkan hati. Manakala sentiasa memandang seteru, muka mayat, berdukacita kerana tidak mendapat apa yang dihajati dan gelak ketawa yang berdekah-dekah akan menjadikan hati seseorang itu mati dan hidupnya dalam keadaan muram.⁷⁶ Semua ini akan menjadikan seseorang itu sentiasa dalam tekanan dan sekaligus menjejaskan kesihatannya.

2.5.6 Membuang dan menahan bahan-bahan tertentu dari badan.

Ketidakseimbangan pembuangan dan menahan pembuangan bahan-bahan daripada badan seperti najis, air kencing, peluh dan juga air mani mempunyai kesan langsung kepada kesihatan. Pembuangan dan menahan bahan-bahan ini dalam badan secara berpatutan akan menjaga kesihatan. Jika bahan-bahan kumuh seperti najis tidak dikeluarkan daripada badan, seseorang itu mungkin mengidap penyakit perut,

⁷⁴ Lihat, *Bustān al-Salāṭīn*, Ms. no.21514, hal. 146.

⁷⁵ Ibid., hal. 98

⁷⁶ Ibid., hal. 146

badan yang tembam dan lain-lain lagi. Pencakar yang betul mestilah diberikan untuk membolehkan orang itu membuang najis yang tidak dikehendaki oleh sistem badannya. Pembuangan yang berlebihan, sama ada melalui pembuangan najis ataupun pengeluaran peluh yang berlebihan kerana kerja yang kuat dalam cuaca yang panas, juga akan menyebabkan dihidrasi dan ubat tertentu perlu diambil untuk menahan cecair dalam badan dikeluarkan secara berlebihan.

Orang yang keterlaluan dalam aktiviti seksualnya disebut akan cepat tua,⁷⁷ begitu juga penghindaran seks akan melemahkan badan dan mendatangkan gangguan emosi. Hal ini amat ditekankan oleh *Kitab Bustān al-salāṭīn* walaupun tidak ditemui dalam naskah-naskah perubatan yang lain. Kitab ini menekankan perlunya kawalan dalam hubungan seks. Jimak yang keterlaluan akan menyebabkan penyakit seperti lupa dan lenguh-lenguh. Soal ini disebut berulang kali lewat anekdot-anekdot tentang cara menjaga kesihatan tubuh badan. Dalam Ms. 33 disebutkan bahawa sakit pinggang disebabkan oleh sama ada oleh sakit sendi ataupun kerana banyak anjal (mengeluarkan mani). Sakit pinggang berpunca daripada sakit sendi kerana mengikut sistem fisiologi Islam mani disimpan dalam tulang dan sendi.⁷⁸

Menahan diri daripada kencing dan berak amat ditegah oleh kitab *Bustan al-Salatin*. Pengarangnya membawa anekdot iaitu;

Jangan Shah Alam menahan qadha hajat (buang air) apabila ada hajat, jikalau Shah Alam di atas kuda sekalipun, supaya jangan menjadi karang-karang. Ketujuh; Bawa diri Shah alam ke tandas dahulu daripada tidur. Kedelapan; hendaklah shah alam mandi air hangat di dalam hamam dua hari sekali maka ia itu mengeluarkan penyakit daripada dalam tubuh barang yang tiada mengeluarkan dia itu. kesembilan; jangan Shah Alam banyak jimak, adapun jimak itu menghilangkan cahaya hidup.⁷⁹

⁷⁷ Ibid., hal. 142

⁷⁸ A. Samad Ahmad, *Warisan Perubatan Melayu*, hal. 60.

⁷⁹ *Bustān al-Salāṭīn*, Ms. no. 21514, hal. 142.

Perbincangan di atas menunjukkan bahawa konsep kesihatan yang dipegang oleh masyarakat Melayu adalah berdasarkan idea dan konsep manusia serta alam mengikut perspektif Islam. Hubungan antara kedua-duanya adalah harmoni dan jika keharmonian ini hilang akan menyebabkan berlakunya keadaan yang berlawanan dengan sihat. Keseimbangan individu seluruhnya adalah asas mencapai kesihatan. Penjagaan kesihatan ini lebih mengutamakan amalan-amalan dengan menjaga perlakuan-perlakuan seperti amalan pemakanan, aktiviti sehari-harian, aktiviti seksual dan lain-lain supaya sesuai dengan sistem badan. Pemberian ubat adalah langkah terakhir. Jika pemberian ubat perlu dilakukan maka idea-idea farmakologi yang digunakan akan mengikut prinsip perubatan galenik dan humoral. Aspek inilah yang akan dibicarakan dalam bab seterusnya.